

我身边的师德榜样

教师是立教之基、兴教之本。在我们身边，总是有那么一批怀揣教育情怀、潜心育人的教师，他们立足三尺讲台，在石景山区教育系统立足区域发展战略，围绕促进公平和提高质量两大任务，深化教育综合改革，加快构建高端教育体系过程中，全面贯彻党的教育方针，模范遵守职业道德，用行动诠释自己对教育梦想的追求、对教育事业的热爱，以良好的师德风范影响和培养学生。

世界因“你”更明亮——北京市京源学校教师于冉

她是一名志愿者。她曾经为了给贫困山区的孩子捐赠一双鞋而不眠不休的徒步50公里。她曾经与团队一起在24小时内连续奔跑300多公里，只为了给山区的孩子捐赠一块篮球场。

雅安地震、尼泊尔地震后，她身赴震区，参与震后重建的心理干预工作。她还参与了“中国扶贫基金会”“中国儿童发展基金会”“壹基金”等多个基金会的10余个公益项目，赴雅安、竹溪、西藏、山西等地开展快乐体育活动，培训学生、教师、校长百余人。她背着书包行走在大山里，只为让更多偏远山区的孩子们体会到体育运动的快乐，在其中学会沟通、合作、分享与交流。

作为班主任，她和孩子们给班级起名“大爱七班”，希望班里的同学间要互相关爱、爱家长、爱老师，更要把自己的爱传递给他人，奉献给社会。她带着孩子们帮助老师收拾图书馆，为同学们营造干净整洁的阅读环境；到社区开展志愿服务，为社区贡献着自己的力量；去敬老院看望老人，和老人聊天；去“小飞象服务中心”看望自闭症的孩子，给他们带去礼物，给他们讲故事，陪他们玩耍。在一次活动中，学生体会着自己身上肩负的社会责任，体味着因为自己的付出而使别人感到快乐的那种幸福感。在于冉的奉献精神的影响下，家长也加入了“大爱七班”这个大家庭，积极参与到班级的建设中，为了孩子的成长共同努力。

为了能发动更多的同学参与到志愿服务中，她组织了全校师生的“公益跑”的活动。在历时一个月的“公益跑”活动中，全校1300人共跑动2372公里筹得10000元善款，交予中国扶贫基金会用于为贫困山区的孩子购买过冬御寒的衣物。通过这次活动，学生深深的感受到跑步不仅锻炼了身体，更体会到了集体的力量、奉献的快乐和对社会

的一份责任。

2016年底当于冉带着领导的信任走上团委书记的岗位，每天的工作更多的是面对电脑做一些文字性的工作。原来的体育课是通过身体活动的方式带领学生挑战自我，认识社会。而现在再加上思想的引领，从思想上和身体上两方面对学生进行教育，影响面要远大于一个体育老师或一个班主任能做的。要想干好工作，先要进行学习，她多次参加区级市级以及全国的团委书记培训班，并将这些知识运用到工作中。

在到了团委的岗位后，工作更加繁忙，没有时间去参与更多的志愿项目。她就带领着全校的学生一起做志愿者。京源学校学生的志愿服务在社会的每一个角落。

每年的寒暑假，于冉都组织全校的团员深入周边十余个社区，开展志愿服务。服务的项目包括：环境美化，普法宣传，活动策划，活动助教，爱老敬老，关爱弱势群体等等。参与人次达到300余人，很多社区居民看到了京源学校的学生，纷纷竖起大拇指。学生也在活动中收获了成长，体验到了帮助别人的快乐。

全校有近800名学生成为志愿北京的实名制志愿者，这些学生利用寒暑假休息时间自发的参与到志愿活动中，参与的服务项目有：医院挂号机导医、清理小广告、文明引导员、图书管理员、博物馆讲解员、大型比赛的检票人员、平安地铁志愿者等等，涉及的服务多种多样，这些工作都很辛苦，有时一站就是几个小时，但当帮助别人解决了问题之后，那种成就感和被需要的感觉会让所有的疲惫一扫而光。“助人自助，乐人乐己”是学生完成志愿服务后悟出的道理。

在短短两年多的时间里，于冉被评为石景山区优秀团干，北京市优秀共青团员，京源学校团委也被评为北京市

红旗团委，石景山区红旗团委。这些荣誉和于冉的努力专注的工作是分不开的，有时为了一个活动的策划她经常加班到很晚，有天晚上当她加完班走出校门的时候，保安问她：你是教高三的老师么？每天这么晚才走。听到这她笑了笑没有说话，但她心中明白，她的工作和高考同等重要，因为这是在学生价值观与人生观的建立的关键时期用正确的、积极的思想引领学生。对学生的一生都会产生重大的影响。



世界因“你”更明亮，这个“你”指的并不是于冉一个人，而是在她的影响下有了积极向上的正能量，有了正确的人生观价值观，有着一份能为社会做贡献的心的那些学生们，每一个人都去照亮更多的人，这个社会就会因为一点一点的光亮变得充满阳光，从而变得更加和谐更加温暖。那时大家就都可以喊出：世界因我，更明亮！

做学生成长中的优势“放大镜”——北方工业大学附属学校教师高悦



她，是学校的心理教师，更是孩子们心中的“知心姐姐”。

起“磨”过来的。在不断的实践和反思中，高悦逐渐形成了自己独特的课堂风格——深厚扎实的专业功底，巧妙有趣的活动设计、暖如春风的授课风格。慢慢地，在她所任教的年级中，心理课成了最受学生欢迎的课程。每周一次的心理课，也成了高悦和孩子们“一期一会”的心灵之约。

在教育教学中，高悦勤于反思，将自己的工作经验诉诸笔端，所撰写的科研论文及教学课例几十篇在各级学术活动中获奖。2014年，高悦作为课题负责人所申报的课题《小学教师专业发展影响因素的模型建构及相应的校本培训策略的研究》成功立项，为北京市教育科学规划办青年专项课题。高悦曾获北京市心理健康教育十佳教育工作者、石景山区优秀教育工作者、新京报“最具潜力的新人教师”、北京联合大学兼职讲师等荣誉称号。

用心倾听，心理辅导陪伴孩子成长

“高老师，我最近心情不太好，能和您聊聊吗？”每一个中午，心灵驿站都会走进前来预约或咨询的孩子。在这里，没有“老师”和“学生”，有的只是“知心姐姐”的耐心倾听，孩子们的娓娓倾诉。“能够见证一个生命的成长、一颗心灵的蜕变是何其幸运的事情！”高悦说，“心理教师应该做一束微光，帮助学生发掘内心的成长力量，找到优势成长路径。助人自助，让孩子们掌握适合自己的认识自我、调控情绪、处理人际矛盾的方法，让这束微光点亮孩子的生命之旅。”

除了个体心理辅导，高悦也在实践中积极探索其他有效的心理辅导方式。有没有可能将有相同困惑的孩子组成一个小组，让孩子们在同质性的组中互相帮助，收获成长？于是，在课外活动的过程中，“心灵驿站”心理社团应运而生。在团体活动中发现成长的着力点，在同伴互助

中找到未来的发展方向，孩子们在“心灵驿站”收获满满！

用爱陪伴，特殊教育践行大爱无疆

除了心理老师外，高悦还有一个角色，是学校的特殊教育教师，负责学校随班就读学生的特殊教育。谈起几年的特教工作经历，高悦感慨颇多。对于任何一个家庭而言，有一个特殊孩子都是不幸的；对于任何一个班主任来说，班级里有一个特殊孩子都是一种挑战。但在工作中，高悦看到的更多的是父母和老师对孩子的大爱、付出和坚韧。“这种爱无时无刻不在感染着我、督促着我、激励着我”高悦这样说。对于一个心理老师来说，从事特殊教育无疑是一项挑战性的工作。一个全新的教育领域，所有的专业知识和训练技能都要从头学起，但她毅然承担了这样的工作，并不断要求自己学习特教领域的专业知识，成为这个领域的专业人士。

“我只希望在孩子的成长中尽自己力所能及的微薄之力。”谈起几年特教工作接触过的孩子，高悦说小明（化名）给她留下的印象最深。这是一个“来自星星的孩子”，是一名自闭症儿童。刚开始的训练，每一次孩子都无法配合，必须家长陪伴在旁。四年来，风雨无阻的每周两次的特教训练，让小明和高悦成了好朋友，每次进到训练室，小明都会给高悦一个大大的拥抱。“那一刻，觉得所有的付出都是值得的。”

“在路上”，是高悦最喜欢说的一句话。她认为，作为一名年轻的心理教师，她未来的教育之路还很长。做学生成长的放大镜，通过无条件的爱、无条件的积极关注，帮助每个学生找到属于自己的优势成长路径。她一直希望能做学生成长中的微光，让这束心理之光照射学生的心灵之路。

多年的心理学习和工作经历让高悦坚信，每一个孩子都是独一无二的，都有着独特的优势和潜能。教师的职责，就是以大爱的精神，去发现每个孩子的闪光点，帮助他们发现优势、发展优势、发挥优势，做自己、赢未来！做学生成长的优势“放大镜”，是高悦给自己的职业定位，也是她一直以来在学校心理健康教育工作中践行的准则。

俯身课堂，精益求精不忘育人初心

“心理课，应该是有温度的。”这是高悦在平时的教学交流活动中常说的一句话。怎样能让心理课堂有温度？深厚的专业功底、有趣有益的活动设计都是必备的，但更重要的，是课堂上对学生的无条件积极关注，是对每一位学生的尊重和积极回应。要把促进学生发展作为课堂教学活动的核心，把“跟着学生走”作为操作实施的关键。

为了让学生在心理课堂上真正地动起来、体验起来，有所感悟、有所收获，高悦进行了潜心的学习、研修、实践和研究。备课，被听课，课后反思，复备课，在做心理教师的最初几年，她的几乎每一节常态课，都是这样和师傅一